टाइमिंग पर ध्यान, मेडल नहीं : पाल

पैरालंपिक पदक विजेता स्प्रिंटर बोलीं—मेरा असली मुकाबला अपने ही पिछले प्रदर्शन से है

नई दिल्ली, 13 मार्च. भारत की उभरती पैरा स्प्रिंटर प्रीति पाल का मानना है कि खेल में सफलता पाने का सबसे अच्छा तरीका मेडल के बारे में सोचने के बजाय अपने प्रदर्शन को लगातार बेहतर बनाना है. पेरिस पैरालंपिक्स में इतिहास रचने वाली इस एथलीट ने कहा कि वह हमेशा अपनी टाइमिंग सुधारने पर ध्यान देती हैं और मेडल जीतने के दबाव को अपने ऊपर हावी नहीं होने देतीं.

प्रीति पाल ने 2024 पेरिस पैरालंपिक्स में शानदार प्रदर्शन करते हुए भारत के लिए दो ब्रॉन्ज मेडल जीते थे. उन्होंने महिलाओं की 100 मीटर और 200 मीटर टी35 श्रेणी की दौड़ में पदक हासिल कर इतिहास रचा था. इसके साथ ही वह ट्रैक एंड फील्ड में पैरालंपिक्स में दो पदक जीतने वाली पहली भारतीय महिला एथलीट बन गई थीं. उनकी इस उपलब्धि ने भारतीय पैरा एथलेटिक्स को नई पहचान दिलाई और देश में इस खेल के प्रति रुचि भी बढ़ाई. इन दिनों नई दिल्ली के जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम में चल रहे वर्ल्ड पैरा एथलेटिक्स ग्रां प्री में भी प्रीति ने शानदार प्रदर्शन जारी रखा है. उन्होंने महिलाओं की 100 मीटर टी35/टी37 स्पर्धा में 14.46 सेकंड का समय निकालते हुए स्वर्ण पदक अपने नाम किया. इस रेस में रूस की मार्गरीटा माताएवा 16.25 सेकंड के समय के साथ दूसरे स्थान पर रहीं, जबकि करीना माचुलस्काया ने 17.38 सेकंड के समय के साथ ब्रॉन्ज मेडल जीता. स्वर्ण पदक जीतने के बाद प्रीति पाल ने कहा कि इस तरह की प्रतियोगिताओं में असली चुनौती अपने प्रदर्शन को बेहतर बनाना होता है. उनका कहना है कि यहां सभी खिलाड़ी अपना सर्वश्रेष्ठ देने के लिए आते हैं और ऐसे में केवल मेडल के बारे में सोचने से खिलाड़ी पर अनावश्यक दबाव बढ़ सकता है. इसलिए वह हमेशा अपनी टाइमिंग सुधारने पर ध्यान देती हैं और यही उनकी सफलता का सबसे बड़ा मंत्र है. प्रीति ने यह भी स्वीकार किया कि इस रेस में वह वैसा प्रदर्शन नहीं कर पाईं जैसा वह ट्रेनिंग के दौरान कर रही थीं. उन्होंने कहा कि अभ्यास के दौरान वह अपनी अब तक की सबसे बेहतर टाइमिंग हासिल कर रही थीं, लेकिन प्रतियोगिता में कई बार परिस्थितियां अलग होती हैं. इसके बावजूद वह अपने प्रदर्शन से संतुष्ट हैं और आने वाले मुकाबलों में और बेहतर करने की कोशिश करेंगी.

एक पैरा एथलीट के रूप में अपने सफर के बारे में बात करते हुए प्रीति ने कहा कि इस रास्ते में कई चुनौतियों का सामना करना पड़ता है. खासकर चोटें एथलीटों के लिए सबसे बड़ी समस्या बन जाती हैं. उन्होंने बताया कि तेज गति वाले स्पीड सेशंस के दौरान चोट लगने का खतरा बढ़ जाता है और ऐसे में रिकवरी बहुत जरूरी हो जाती है. प्रीति ने बताया कि उनकी टीम और कोच रिकवरी पर खास ध्यान देते हैं. उन्होंने कहा कि स्पीड ट्रेनिंग के बाद आइस बाथ यानी बर्फ के पानी में स्नान कराया जाता है, जिससे शरीर को जल्दी आराम मिलता है और चोट का खतरा कम हो जाता है. उनके मुताबिक अगर खिलाड़ी चोट से दूर रहते हैं तो वे ट्रेनिंग, खान-पान और आराम पर बेहतर तरीके से ध्यान दे पाते हैं.

उन्होंने अपनी तैयारी का श्रेय नेशनल ट्रेनिंग ग्रुप को भी दिया. प्रीति का कहना है कि राष्ट्रीय टीम में सभी खिलाड़ी एक समूह के रूप में अभ्यास करते हैं.

▸ *वर्ल्ड पैरा एथलेटिक्स ग्रां प्री में महिलाओं की 100 मीटर टी35/टी37 रेस में प्रीति पाल ने गोल्ड जीता*

प्रीति का कहना

▸ **मेडल के बारे में नहीं, अपनी टाइमिंग सुधारने पर ध्यान देती हूं**

▸ *2024 पेरिस पैरालंपिक्स में ट्रैक एंड फील्ड में दो पदक जीतने वाली पहली भारतीय महिला एथलीट*

> प्रीति ने बताया कि उनके साथ कई अनुभवी खिलाड़ी भी अभ्यास करते हैं, जिनसे उन्हें काफी प्रेरणा मिलती है. उन्होंने कहा कि टीम में सिमरन शर्मा जैसी एथलीट हैं, जो अर्जुन अवॉर्ड विजेता और पैरालंपिक पदक विजेता हैं. इसके अलावा चिराग बरेठा जैसे खिलाड़ी भी टीम का हिस्सा हैं, जो पहले दुनिया में नंबर एक रैंक हासिल कर चुके हैं. ऐसे खिलाड़ियों के साथ अभ्यास करने से सभी को बेहतर बनने का अवसर मिलता है. आने वाले मुकाबलों को लेकर प्रीति पूरी तरह से उत्साहित नजर आ रही हैं. उन्होंने कहा कि वर्ल्ड पैरा एथलेटिक्स ग्रां प्री में 200 मीटर का इवेंट तीसरे दिन होना है और वह उसमें भी अच्छा प्रदर्शन करने की पूरी कोशिश करेंगी. उनका कहना है कि वह कोई बहाना नहीं बनाना चाहतीं और केवल अपने प्रदर्शन को बेहतर बनाने पर ध्यान देना चाहती हैं. उत्तर प्रदेश की रहने वाली इस एथलीट का मानना है कि असली मुकाबला हमेशा खुद से होता है. उन्होंने कहा कि उनका लक्ष्य हमेशा अपने पिछले सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन को पीछे छोड़ना रहता है. अगर वह ऐसा करने में सफल रहती हैं तो मेडल अपने आप मिल जाते हैं.

डुप्लांटिस ने 6 .31 मीटर का विश्व रिकॉर्ड बनाया

- यह 15वीं बार है जब उन्होंने पोल वॉल्ट में अपने ही विश्व रिकॉर्ड को बेहतर किया
- उप्साला में आयोजित 'मोंडो क्लासिक' प्रतियोगिता में शानदार प्रदर्शन करते हुए हासिल की जीत

स्टॉकहोम, 13 मार्च. स्वीडन के स्टार पोल वॉल्टर आर्मंड डुप्लांटिस ने एक बार फिर एथलेटिक्स की दुनिया में नया इतिहास रच दिया. उन्होंने स्वीडन के उप्साला में आयोजित 'मोंडो क्लासिक' प्रतियोगिता में 6.31 मीटर की ऊंचाई पार करते हुए पोल वॉल्ट का नया विश्व रिकॉर्ड बनाया. इसके साथ ही डुप्लांटिस ने अपने ही पिछले रिकॉर्ड में एक सेंटीमीटर का सुधार किया और यह साबित कर दिया कि पोल वॉल्ट में उनका दबदबा लगातार कायम है.

26 वर्षीय डुप्लांटिस इस समय दुनिया के सबसे सफल पोल वॉल्ट खिलाड़ियों में गिने जाते हैं. मौजूदा ओलंपिक और विश्व चैंपियन डुप्लांटिस ने प्रतियोगिता की शुरुआत से ही शानदार प्रदर्शन किया और दर्शकों को अपने कौशल से प्रभावित किया. उन्होंने 5.65 मीटर की ऊंचाई से अपनी छलांगों का सिलसिला शुरू किया और इसे पहले ही प्रयास में पार कर लिया. इसके बाद उन्होंने 5.90 मीटर और 6.08 मीटर की ऊंचाई भी बिना किसी परेशानी के पहले प्रयास में पार करते हुए अपनी बढ़त मजबूत कर ली. प्रतियोगिता में जीत लगभग सुनिश्चित होने के बाद डुप्लांटिस ने अपने सामने एक और बड़ी चुनौती रखी.

उन्होंने बार को 6.31 मीटर की ऊंचाई पर सेट कराया, जो उनके पिछले विश्व रिकॉर्ड से एक सेंटीमीटर अधिक था. स्टेडियम में मौजूद दर्शकों की निगाहें इस ऐतिहासिक प्रयास पर टिकी हुई थीं. डुप्लांटिस ने आत्मविश्वास के साथ दौड़ लगाई और शानदार तकनीक के साथ बार को पार कर लिया. जैसे ही उन्होंने यह ऊंचाई पार की, स्टेडियम तालियों की गड़गड़ाहट से गूंज उठा और डुप्लांटिस ने अपने नाम एक और विश्व रिकॉर्ड दर्ज कर लिया. इस प्रतियोगिता में नॉर्वे के सोंड्रे गुटोरमसेन दूसरे स्थान पर रहे. उन्होंने 6.00 मीटर की ऊंचाई पार कर शानदार प्रदर्शन किया.

राजस्थान रॉयल्स का कैंप जयपुर में 17 से

जयपुर. राजस्थान रॉयल्स ने घोषणा की है कि उनका पहला प्री-सीजन ट्रेनिंग कैंप 17 मार्च से जयपुर में शुरू होगा. रॉयल्स की टीम 'पिंक सिटी' में इकट्ठा होगी और सवाई मानसिंह स्टेडियम में ट्रेनिंग, फ़िटनेस और नेट्स सेशन के साथ कैंप की शुरुआत करेगी. रॉयल्स ने यह जानकारी देते हु कहा, 'हेड कोच और क्रिकेट डायरेक्टर कुमार संगकारा के मार्गदर्शन में, इस कैंप का फ़ोकस टीम बॉन्डिंग को मजबूत करने, ज़ोरदार ट्रेनिंग और प्लानिंग के साथ-साथ स्ट्रेंथ और ट्रेनिंग सेशन पर रहेगा.' इससे पहले, रवि बिश्नोई, वैभव सूर्यवंशी, संदीप शर्मा और हाल ही में रविंद्र जडेजा सहित खिलाड़ियों के एक छोटे ग्रुप ने नागपुर में फ्रेंचाइजी के 'हाई परफ़ॉर्मेंस सेंटर' में एक छोटे कैंप और फ़िटनेस असेसमेंट सेशन में हिस्सा लिया था.

अल्काराज लगातार 5वीं बार सेमीफ़ाइनल में

इंडियन वेल्स, 13 मार्च. विश्व के नंबर एक खिलाड़ी कार्लोस अल्काराज ने अपनी जीत का सिलसिला 16 मैचों तक बढ़ाया और गुरुवार को बीएनपी परीबा ओपन में लगातार पाँचवें इंडियन वेल्स सेमीफ़ाइनल में पहुँचे.

टॉप सीड खिलाड़ी ने कैमरन नॉरी के खिलाफ 6-3, 6-4 से जीत हासिल की, जिससे उन्होंने ब्रिटेन के खिलाड़ी से बदला ले लिया, जिसने उन्हें पिछले नवंबर में पेरिस में हराया था.

अल्काराज ने कोर्ट पर अपने इंटरव्यू में नॉरी के बारे में कहा, 'मुझे उनके स्टाइल से बहुत दिक्कत होती है. हर बार जब मैं उनके खिलाफ खेलता हूं तो यह मेरे लिए हमेशा बहुत मुश्किल होता है. उनके स्टाइल, उनके (हैवी) टॉपस्पिन फोरहैंड, सुपर हाई के साथ यह थोड़ा कन्फ्यूजिंग है.

एक नजर में

रोहित इस समय सबसे फ़िट, सबसे तेज खिलाड़ी हैं

नयी दिल्ली. पूर्व भारतीय क्रिकेटर आकाश चोपड़ा ने कहा है कि रोहित शर्मा इस समय सबसे फ़िट, सबसे तेज और शायद सबसे मजबूत खिलाड़ी हैं. जियो स्टार के 'गेम प्लान -नो योर टीम' शो पर बोलते हुए, जियो स्टार के एक्सपर्ट आकाश चोपड़ा ने कहा, 'तर्क के हिसाब से, अगर आप फ़िट हैं, तो आपको पूरा मैच खेलना चाहिए, न कि सब्स्टिट्यूट होना चाहिए. खासकर तब, जब आप दूसरी पारी में बैटिंग कर रहे हों; आपको 'इम्पैक्ट प्लेयर' के तौर पर मैदान पर नहीं उतरना चाहिए. एक ओपनर को डगआउट में बैठकर 20 ओवर का मैच देखने की आदत नहीं होती. ओपनिंग बैट्समैन मैदान पर रहने, उसी हिसाब से तैयारी करने और फिर तुरंत एक्शन में आने के आदी होते हैं. रोहित शर्मा इस समय सबसे फ़िट, सबसे तेज और शायद सबसे मजबूत खिलाड़ी हैं; इसलिए उन्हें पूरे 40 ओवर मैदान पर रहना चाहिए. असल में, इसी तरह मुंबई इंडियंस रोहित शर्मा का पूरा फ़ायदा उठा पाएगी. 'पूर्व ऑफ स्पिनर हरभजन सिंह ने एमआई के पूर्व कप्तान रोहित शर्मा से गुज़ारिश की कि उन्हें 'इम्पैक्ट प्लेयर' के तौर पर सब्स्टिट्यूट न किया जाए. उन्होंने कहा, 'रोहित शर्मा का इस्तेमाल 12वें खिलाड़ी के तौर पर किया गया है, जो सिर्फ़ बैटिंग करता है.

सिनर ने टीएन को हराया, सेमीफाइनल में ज्वेरेव से भिड़ेंगे

इंडियन वेल्स. जैनिक सिनर ने गुरुवार को बीएनपी परीबा ओपन में लर्नर टीएन को ज़ोरदार अंदाज में हराने के लिए अपने स्पीड स्केट्स पहने. एटीपी रैंकिंग में नंबर 2 खिलाड़ी ने फर्स्ट-स्ट्राइक टेनिस से भरपूर शानदार प्रदर्शन करते हुए मौजूदा नेक्स्ट जेन एटीपी फाइनल्स चैंपियन टिएन के खिलाफ 6-1, 6-2 से जीत हासिल की. सिनर, जिन्होंने चौथे राउंड में जोआओ फोंसेका को दो टाई-ब्रेक सेट में हराया था, एक और मुकाबले में नहीं फंसने के लिए पक्के इरादे वाले दिखे और उनका आक्रामक रवैया उनके 20 साल के विरोधी के लिए बहुत मुश्किल साबित हुआ. पिछले अक्टूबर में बीजिंग फाइनल में भी टिएन को सीधे सेटों में हराने वाले सिनर ने कहा, 'मुझे लगता है कि मैचअप का अनुभव आपकी थोड़ी मदद करता है. दूसरी तरफ, हमने खुद को सबसे अच्छे तरीके से तैयार करने की कोशिश की. वह बहुत टैलेंटेड खिलाड़ी है.

पीएसएल से नाम वापस लेंगे मोती

नयी दिल्ली. गुडाकेश मोती पाकिस्तान सुपर लीग (पीएसएल) से अपना नाम वापस ले सकते हैं, उन्हें लाहौर कलंदर्स ने अपने दल में शामिल किया था. भारत से घर वापस लौटने के तुरंत बाद वेस्टइंडीज़ के बाएं हाथ के स्पिनर द्वारा लीग से बाहर होने का निर्णय सामने आया है. 1 मार्च को वेस्टइंडीज के विश्व कप से बाहर होने के बाद पूरी टीम पश्चिम एशिया में एयरस्पेस बंद होने के चलते कोलकाता में फंसी हुई थी. ईएसपीएन क्रिकइंफो को पता चला है कि लाहौर कलंदर्स मोती की जगह उनके जैसा ही विकल्प तलाश चुके हैं और वह श्रीलंकाई स्पिनर दुनित वेल्लालगे को अपने साथ जोड़ सकते हैं. श्रीलंकाई स्पिनर ने विश्व कप में गेंद के साथ अच्छा प्रदर्शन किया था और उन्होंने 7.22 की इकॉनमी से आठ विकेट हासिल किए थे. वेल्लालगे निचले क्रम में उपयोगी बल्लेबाजी करने में भी सक्षम हैं. इस समय ऐसे कोई संकेत नहीं मिले हैं जिससे यह पता चलता हो कि विश्व कप के बाद यात्रा संबंधी अव्यवस्था के चलते पीएसएल में वेस्टइंडीज़ की उपलब्धता प्रभावित होती हो. विश्व कप दल से केवल मोती ही वेस्टइंडीज़ के ऐसे खिलाड़ी हैं जिन्हें पीएसएल के लिए साइन किया गया है.

ऋषभ पंत ने मुंबई में युवराज सिंह के साथ की ट्रेनिंग

मुंबई, 13 मार्च ऋषभ पंत ने पिछले हफ़्ते मुंबई में युवराज सिंह के साथ ट्रेनिंग की. यह उनकी आईपीएल 2026 की तैयारियों का हिस्सा था. दोनों ने ब्रेबॉर्न स्टेडियम में लगभग चार दिन बिताए. इस दौरान उन्होंने दिन और रात, दोनों समय बैटिंग सेशन किए और व्हाइट-बॉल क्रिकेट के अलग-अलग तरह के शॉट्स पर अभ्यास किया.

28 साल के पंत का पिछला सीजन कुछ खास नहीं रहा था. इसलिए, इस बार वे अपने प्रदर्शन से सबको प्रभावित करने के लिए बेताब हैं. उनके करीबी एक सूत्र ने बताया, 'युवराज के साथ उनके निजी संबंध काफी अच्छे हैं. दोनों ने कुछ दिनों तक साथ मिलकर ट्रेनिंग करने की संभावना पर चर्चा की थी. पिछले हफ़्ते यह योजना साकार हो गई.'

भारतीय क्रिकेट के व्हाइट-बॉल फॉर्मेट के दिग्गज खिलाड़ी युवराज सिंह ने अब एक मेंटर (मार्गदर्शक) के तौर पर भी अपनी पहचान बनाई है.

न्यूज़ीलैंड के मैचों से टकराव के बावजूद रोंची और ओरम पीएसएल में कोचिंग देंगे

वेलिंग्टन, 13 मार्च. न्यूज़ीलैंड की पुरुष टीम के असिस्टेंट कोच, ल्यूक रोंची और जैकब ओरम, आने वाले पीएसएल 2026 में इस्लामाबाद यूनाइटेड के कोच के तौर पर काम करेंगे. भले ही यह मार्च में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ न्यूज़ीलैंड की घरेलू टी20 सीरीज और अप्रैल में बांग्लादेश के लिमिटेड-ओवर्स दौरे से टकरा रहा हो.

जहाँ रोंची न्यूज़ीलैंड के बैटिंग कोच हैं, वहीं ओरम टीम के बॉलिंग कोच हैं. जनवरी में, रोंची- जिन्होंने 2017-18 में टूर्नामेंट में डेब्यू करने के बाद इस्लामाबाद यूनाइटेड के लिए तीन सीजन खेले थे-को टीम का हेड कोच बनाया गया था. ओरम, रोंची के असिस्टेंट में से एक के तौर पर टीम से जुड़ेंगे.

न्यूज़ीलैंड के परफ़ॉर्मेंस मैनेजर माइक सैंडल ने कहा, 'यह ल्यूक और जेक के लिए अपने कोचिंग अनुभव को और बढ़ाने और न्यूज़ीलैंड क्रिकेट के माहौल से बाहर अपने कौशल को निखारने का एक शानदार मौका है.' 'ठीक हमारे खिलाड़ियों की तरह, हमारे कोचों की भी दुनिया भर में काफ़ी माँग है. हमारा मानना है कि ल्यूक और जेक को पीएसएल में बिताए समय से न सिर्फ़ निजी तौर पर फ़ायदा होगा, बल्कि वे ऐसा ज्ञान और जानकारी भी वापस ला पाएँगे जो भविष्य में ब्लैक कैप्स और न्यूज़ीलैंड क्रिकेट के काम आ सके.'

हंड्रेड की नीलामी में सनराइजर्स लीड्स ने अबरार अहमद को खरीदा

लंदन. पुरुष हंड्रेड की नीलामी में सनराइजर्स लीड्स ने पाकिस्तान के मिस्ट्री स्पिनर अबरार अहमद को 1 लाख 90 हज़ार पाउंड (दो लाख 55 हज़ार अमेरिकी डॉलर) में खरीद लिया. अबरार इस टूर्नामेंट में भारतीय स्वामित्व वाली टीम द्वारा खरीदे जाने वाले पहले पाकिस्तानी खिलाड़ी बने. भारतीय मीडिया समूह सन टीवी ने पिछले साल नॉर्दर्न सुपरचार्जर्स के नाम से जानी जाने वाली फ्रेंचाइजी का पूर्ण अधिग्रहण कर लिया था. जिसमें उन्होंने ईसीबी से 49 फ़ीसदी हिस्सेदारी और शेष 51 फ़ीसदी हिस्सेदारी यॉर्कशायर से लगभग 100 मिलियन पाउंड में खरीदी थी.

पैरा जैवलिन चैंपियन सुमित अंतिल ने जीता स्वर्ण

नई दिल्ली, 13 मार्च. भारत के दो बार के पैरालंपिक स्वर्ण पदक विजेता सुमित अंतिल ने कहा है कि वह 75 मीटर का आंकड़ा पार करने की दिशा में काम कर रहे हैं; यह एक ऐसी दूरी है जिसे उनकी श्रेणी के किसी भी एथलीट ने अब तक हासिल नहीं किया है.

बुधवार को चल रहे वर्ल्ड पैरा एथलेटिक्स ग्रां प्री में पुरुषों की जैवलिन थ्रो स्पर्धा में स्वर्ण पदक जीतने के बाद यूनीवार्ता से बात करते हुए, इस पैरा जैवलिन थ्रोअर ने इस मील के पत्थर को पार करने का अपना दृढ़ संकल्प व्यक्त किया. उन्होंने कहा, 'मैं अभी तक अभ्यास में भी 75 मीटर तक नहीं पहुंच पाया हूं. लेकिन हम धीरे-धीरे अपनी तकनीक और ताकत को बेहतर बनाने पर काम कर रहे हैं. देखते हैं आगे क्या होता है.'

टोक्यो पैरालंपिक चैंपियन ने 69.25 मीटर का विजयी थ्रो किया, जिससे पोडियम पर पूरी तरह से भारतीयों का ही दबदबा रहा. पुष्पेंद्र सिंह ने 56.91 मीटर के थ्रो के साथ रजत पदक जीता, जबकि पूनम राम ने 49.48 मीटर के साथ कांस्य पदक अपने नाम किया. अंतिल ने स्वीकार किया कि उनका यह थ्रो उनकी उम्मीदों से कहीं बेहतर था, क्योंकि उन्हें प्रतियोगिता के दौरान थोड़ा कम स्कोर रहने की उम्मीद थी. उन्होंने कहा, 'इस बार हमारे कई टूर्नामेंट कतार में हैं. यह मेरे लिए ऑफ-सीजन का 'लोडिंग फेज़' (तैयारी का चरण) है. मुझे इतने अच्छे थ्रो की उम्मीद नहीं थी; मुझे लगभग 67-68 मीटर के आसपास रहने की उम्मीद थी, लेकिन आज 69.25 मीटर का थ्रो काफी अच्छा रहा. इसलिए मैं खुश हूं, और मेरी टीम भी खुश है.' वर्ल्ड पैरा एथलेटिक्स ग्रां प्री 11 से 13 मार्च तक जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम में आयोजित किया जा रहा है, जिसमें आठ देशों के एथलीट हिस्सा ले रहे हैं.

रमनदीप सिंह बोले ▸ दिग्गज ऑलराउंडरों के मार्गदर्शन से टीम को मिलेगा बड़ा फायदा

केकेआर के लिए वरदान वॉटसन-रसेल

नई दिल्ली, 13 मार्च. आईपीएल 2026 के आगाज़ से पहले तीन बार की चैंपियन कोलकाता नाइट राइडर्स की टीम पूरी तैयारी में जुटी हुई है. टीम के ऑलराउंडर रमनदीप सिंह का मानना है कि इस बार टीम के कोचिंग स्टाफ में शामिल हुए दिग्गज खिलाड़ी शेन वॉटसन और आंद्रे रसेल का अनुभव टीम के लिए बेहद फायदेमंद साबित होगा. रमनदीप ने कहा कि इन दोनों महान ऑलराउंडरों के साथ काम करना किसी वरदान से कम नहीं है और वह उनसे जितना हो सके उतना सीखने की कोशिश करेंगे.

▸ **कोलकाता नाइट राइडर्स के कोचिंग स्टाफ में शेन वॉटसन और आंद्रे रसेल शामिल**

▸ **आईपीएल 2026 में केकेआर 29 मार्च को मुंबई इंडियंस के खिलाफ अभियान शुरू करेगी**

आईपीएल के आगामी सत्र को लेकर सभी टीमों ने अपनी तैयारियां तेज कर दी हैं और कोलकाता नाइट राइडर्स भी इसी दिशा में लगातार मेहनत कर रही है. टीम के ड्रेसिंग रूम में इस बार कुछ नए चेहरे कोचिंग स्टाफ में नजर आएंगे. ऑस्ट्रेलिया के पूर्व दिग्गज ऑलराउंडर शेन वॉटसन को टीम ने सहायक कोच के रूप में शामिल किया है, जबकि वेस्टइंडीज के विस्फोटक ऑलराउंडर आंद्रे रसेल को पावर कोच की जिम्मेदारी दी गई है. रमनदीप सिंह का कहना है कि टीम में ऐसे अनुभवी खिलाड़ियों का होना युवाओं के लिए बेहद लाभकारी साबित होता है.

> उन्होंने कहा कि वॉटसन और रसेल दोनों ही अपने समय के शानदार ऑलराउंडर रहे हैं और उन्होंने अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट तथा आईपीएल में कई यादगार प्रदर्शन किए हैं. ऐसे में उनके अनुभव और मार्गदर्शन से टीम के खिलाड़ियों को काफी सीखने का मौका मिलेगा. रमनदीप ने बताया कि वह व्यक्तिगत रूप से भी इन दोनों खिलाड़ियों से काफी कुछ सीखना चाहते हैं. उनका कहना है कि वह बल्लेबाजी के साथ-साथ अपनी गेंदबाजी को भी बेहतर बनाना चाहते हैं ताकि टीम के लिए एक भरोसेमंद ऑलराउंडर की भूमिका निभा सकें.

एआईएफएफ के पूर्व महासचिव कुशल दास का निधन

नयी दिल्ली. ऑल इंडिया फुटबॉल फेडरेशन ने अपने पूर्व महासचिव कुशल दास के निधन पर गहरा शोक व्यक्त किया है. दास ने 2010 से 2022 तक एआईएफएफ के महासचिव के रूप में सेवा दी थी. उनका निधन शुक्रवार, को 66 वर्ष की आयु में हुआ. उनके परिवार में पत्नी और दो पुत्र हैं. पेशे से चार्टर्ड अकाउंटेंट कुशल दास भारतीय फुटबॉल में खेल प्रबंधन और प्रशासन का व्यापक अनुभव लेकर आए थे. अपने पेशेवर जीवन की शुरुआत में उन्होंने पीडब्ल्यूसी, और शेल जैसी अंतरराष्ट्रीय कंपनियों के साथ काम किया.